تربية الأبناء

2

د/ محمد كامل

مرشد الأباء فى تربية الأطفال

الجزء الثانى



- القواعد الأساسية فى تربية الطفل .
- كيف تعطى الأوامر الفعالة .
- أخطاء شائعة يرتكبها الأباء.
- الأطفال يحتاجون إلى الانضباط والحب معا.
- أسرار تفوق الطفل ..
- يتمتع طفلك بالذكاء .. ؟
- ب والاحترام والتفهم يحتاجهم طفلك .
- شرون خطوة للتعامل مع طفلك خطئ.

30

مكتبة الأسكندرية للنشر و التوزيع

مرشد الآباء

فى تربية الأطفال

الجزء الثانى

د. محمد على كامل

مكتبة الإسكندرية للنشر والتوزيع

مرشد الآباء في تربية الأطفال - الجزء الثاني

المـــــــؤلف: د. محمد على كامل

تصميم الغلاف: كامل جرافيك

الناشـــــــــر: مكتبة الإسكندرية للنشر والتوزيع

٣٧ ش عبد الحميد بدوى — الأزاريطة

تليفاكس : ٥٢٢٥١٣١(٢٠٣) - ٤٨٤٦١٢٥(٢٠٣)

ص.ب ٣٧٠ إسكندرية

رقـم الإيـداع: ٢٠٠٢/٢١٤٥

الترقـيم الدولى: 3 71 5907 977

- **كيف ينعكس سلوكنا على أطفالنا ؟ وكيف تؤثر مخاوفنا لتشكل شخصية الأبناء وسلوكهم وحياتهم ؟**

كثير من الأطفال يشبون منطوين على أنفسهم خجولين يعتمدون على والديهم إعتماداً كاملاً ويلتصقون بهم لا يعرفون كيف يواجهون الحياة منفردين وتظهر كل هذه العيوب واضحة حينما يبلغ الطفل سن دخول المدرسة.

السن التي يجب فيها أن يتصرف مستقلاً، وأن يواجه الحياة خارج البيت والأشياء التي لم يتعودها ومن المفروض عندما يصل إلى هذا السن أن يكون قد تهيأ نفسياً لأن يكون مستقلاً ومستعداً لمواجهة المواقف المختلفة ولكن الذي يحدث أن تجد الأم نفسها أمام طفل خجول خائف متردد ويعجز عن أن يتخذ أي موقف إيجابي في حياته الجديدة ولنبحث عن الأسباب التي تؤدي بالأطفال إلى الانطواء والخجل والاعتماد على الآخرين، إن الأب الذي يسلك سلوكاً خشناً أو عدوانياً في البيت مع الزوجة والأولاد يسبب مخاوف غامضة للطفل ويشعره بأن من واجبه أن يكون مستعداً للدفاع عن نفسه ضد العنف والعدوان إن الطفل الذي يتلقى حماية أكثر من اللازم يشعر بتوتر داخلي مستمر...، (لو فعلت كذا سوف يصيبك الصداع ... احذر أن تسقط

فتصاب بالأذى) إن مثل هذا الطفل يشعر بأن المكان الوحيد الذي يشعر فيه بالأمان هو جوار أمه ولا يستطيع الجري أو اللعب لأنه يتوقع في كل لحظه أن يصاب بأذى ولكي لا يتحول الطفل إلى الاعتماد على والديه اعتماداً كلياً يجب أن تقوم الأم – قبل كل شيء – بإخفاء قلقها الزائد على طفلها فإذا وقع على الأرض يمكنها أن تداري لهفتها لحظات فلا تسرع إلى الطفل إلا إذا أصيب أو جرح وتعطيه الفرصة ليقف بنفسه وينظف ملابسه ويكمل لعبته.

وهكذا وإنها بهدوئها وثقتها تنقل إلى الطفل الهدوء والثقة في النفس ومن الضروري أن لا يسمح الآباء والأمهات للأطفال باتباع الطريق السهل أو الهروب من المشاكل والمواقف الصعبة، تستطيع الأم أن توافق طفلها على الهروب من موقف ما أو سلوك أسهل الطرق للوصول إلى الهدف ولكنها بذلك تعوده على الهروب وعدم القدرة على التحدي الصعاب ويجب أن يعرف الوالدان أن لدى كل إنسان غريزة طبيعية يولد بها تدفعه إلى المحافظة على نفسه، إن الطفل الرضيع والى سن ثلاث سنوات يعتمد على الأم في حمايته والحفاظ على حياته وهو واجب الأم ولكن بعد هذا السن يجب على الأم أن تترك طفلها يدافع عن نفسه تدريجياً وتقف تراقبه من بعيد وتدخل عند الضرورة ليشب الطفل واثقاً من نفسه وقادراً على مواجهة الحياة بكل صعابها.

- **كيف نحمي أطفالنا من المشاكل النفسية :**

الطفل كائن رقيق سهل التشكيل وسهل التأثر بما يدور حوله ومن هنا تكون مسئوليتنا نحن الآباء والأمهات كبيرة في تنشئة الطفل وتوجيهه إما إلى الطريق الصحيح فينشأ شاباً على نهج سليم بعيداً عن الاضطرابات والمشاكل النفسية وإما أن ينشأ مليئاً بالعقد النفسية التي تؤدي به إما إلى الجنوح أو المرض النفسي.

نستعرض فيما يلي الأسباب التي تؤدي إلى المشاكل النفسية للطفل والتي علينا أن نضعها دائما في الإعتبار ونتجنبها قدر الإمكان حتى ننعم بأطفال يتمتعون بصحة نفسية جيد:-

- أسباب مصدرها الأب والأم :

١) المعاملة القاسية للطفل والعقاب الجسدي والإهانة والتأنيب والتوبيخ يؤدي إلى توقف نمو ثقته بنفسه ويملؤه الخوف والتردد والخجل في أي شيء يفكر في القيام به ويصبح عرضة للمعاناة النفسية.

٢) الخلافات العائلية التي تجبر الطفل على أن يأخذ جانباً إما في صف الأم أو الأب مما يدخله في صراع نفسي.

٣) التدليل والاهتمام بالطفل الجديد فمجيء وليد جديد يعتبر صدمة قوية قد ينهار بسببها كثير من الأطفال والطفل يتضايق إلى حد الحزن حين يرى طفلاً آخر قد حظي بما كان يحظى به ويمتلك أشياء لا يمتلكها أحد سواه وكل هذا بسبب تدليل الوالدين للطفل الجديد أمامه وعدم الاهتمام به كما كان من قبل.

٤) الصراع بين الأب والأم للسيطرة على الطفل والفوز برضاه فيجد الطفل منهما توجيهات وأوامر متناقضة مما يضع الطفل في حيرة شديدة وعجز عن الاختيار يعرضه لمعاناة نفسية كبيرة ويؤهله للأمراض النفسية فيما بعد.
٥) إحساس الطفل بالكراهية بين الأب والأم سواء كانت معلنة أو خفية.
٦) عدم وجود حوار بين الأب والأم وأفراد الأسرة.
٧) عدم وجود تخطيط وتعاون بين الأب والأم لتنمية شخصية الطفل وتنمية قدرته العقلية.
٨) التقتير الشديد على الطفل وحرمانه من الأشياء التي يحبها رغم إمكانات الأسرة التي تسمح بحياة ميسورة.
٩) الإغداق الزائد وتلبية كل طلبات الطفل والمصروف الكبير الذي يعطى له بما لا يتلاءم مع عمره وما يصاحب ذلك من تدليل زائد يفقد الأب والأم بعد ذلك السيطرة والقدرة على توجيه الطفل وتربيته.
١٠) انغماس أحد الوالدين في ملذاته مضحياً بكرامة أسرته ومسبباً المعاناة الشديدة لأطفاله (غالبا الأب).

- **أسباب مصدرها الأم :**

١) تعرض الأم لبعض أنواع الحمى أثناء الحمل أو تناولها عقاقير تضر بالجنين أثناء الثلاثة أشهر الأولى من الحمل أو ممارستها لعادة التدخين السيئة مما يؤثر على قدرات الجنين العقلية.
٢) الأم غير السعيدة أثناء فترة الحمل.

٣) الطفل الذي يربى بعيداً عن أمه وخاصة في السنوات الأولى من عمره.
٤) الأم المسيطرة التي تلغي تماماً شخصية الأب في البيت مما يجعل رمز الأب عند الطفل يهتز.
٥) إهمال تربية الطفل وتركه للشغالة أو المربية.
٦) انشغال الأم الزائد باهتماماتها الشخصية وكثرة الخروج من البيت وترك الطفل.
٧) تخويف الطفل من أشياء وهمية كالعفاريت والحيوانات المخيفة من خلال الحكايات التي تحكى له والتي تترك أثراً سيئا على نفسيته.

- أسباب مصدرها الأب :

١) الأب الذي يمحو تماما شخصية الأم ويلغي دورها وأهميتها.
٢) تتأثر نفسية الطفل كثيرا حينما يرى أباه وهو يشتم أمه ويضربها أمامه.
٣) الأب السكير الذي يعود آخر الليل مخموراً ويزعج أفراد الأسرة يؤثر كثيراً على رمز الأب لدى الطفل.
٤) عندما يكتشف الطفل أن أباه يكذب أو أن أباه رجل غير شريف عندها يفقد احترامه لأبيه ويبدأ في المعاناة التي قد لا تظهر إلا عندما يكبر.
٥) انشغال الأب الزائد بعمله وعدم تخصيص وقت كاف للجلوس مع الطفل والاهتمام به.
٦) هجرة الأب خارج الوطن مما يجعل الطفل يفتقده كمثل أعلى وكمعلم ومرب وقدوة .

- **أسباب مصدرها الطفل نفسه :**

١) تواضع قدرات الطفل الذكائية مقارنة بزملائه في الفصل، مما يجعله يشعر بالنقص والخجل وخاصة إذا تعرض إلى ضغط زائد من مدرسته.

٢) وجود عاهة عند الطفل تعرضه لسخرية بقية الأطفال، كشلل الأطفال أو ضعف السمع أو ضعف أو تشويه في جسده.

- **أطفالنا والغذاء الروحي**

ننسى في زحمة الحياة أننا يجب وبالضرورة أن نسقي أولادنا فلذات أكبادنا حباً وحناناً واهتماماً، والأمر مهم، لا لشيء إلا لأن العطاء الوجداني هام للطفل، بالضبط مثل الأكل والشراب إن لم يكن أكثر، ففي ظروف الحياة المعقدة والمتشابكة، نجد أولادنا مشتتين يخيم عليهم شبح الإهمال العاطفي والجوع النفسي والظمأ الوجداني الذي قد ينعكس على سلوكياتهم وعلى نمو شخصياتهم فيما بعد. وإذا دققنا النظر لوجدنا أن كثيراً منا يرفض طفله وينبذه ويعامله كشيء دون أي حقوق أو مطالب. وأيضاً نجد أننا بدافع الحب نعزل طفلنا ونمنعه من التواصل مع الأطفال الآخرين بدعوى الحرص عليه، كذلك فنحن نخوّف طفلنا، نفزعه ونرعبه فيولد عنده إحساس قاس بعدم الأمان، والأخطر من كل ذلك أن بعضنا - أحياناً - يتجاهل الطفل بحرمانه من كل المثيرات الاجتماعية الشيقة اللازمة لنموه الإنساني.

أما آخر هذه الأخطاء التي قد نقع فيها فهي إفساد الطفل بمعنى تقديمه إلى أوساط غير سوية من الممكن أن تقوده بسهولة إلى الانحراف.

إذا فهمنا كل الأمور السالفة الذكر ووعيناها وعملنا على تلافيها لاستطعنا تجنيب أطفالنا ويلات شرور كثيرة تظهر في صورة العدوانية والعنف وعدم القدرة على التأقلم مما يؤدي إلى أمراض كثيرة أخطرها الإدمان، ما لا يعرفه كثير من الآباء والأمهات عن الإهمال العاطفي، وأهمية الغذاء الروحي هو حصيلة البحوث الأخيرة ألا وهو الآثار الجسدية الحيوية والتي تنعكس على الطفل المحروم عاطفياً، فهذا الطفل لا يملك القدرة على النمو الجسدي دون أي سبب عضوي مما حدا بالبعض من العلماء إلى تسمية هؤلاء الأطفال بالأقزام نفسياً أو الأقزام المحرومين، هذا الحرمان العاطفي لا يأتي فقط من العوامل السالفة الذكر لكنه يتكون نتيجة مشاهدة الصراع بين الأب والأم ومعايشته والإحساس به ويتكون أيضاً نتيجة انحسار الحب والحنان والدفء الأسري بسبب عدم الترابط.

إن الطفل عجينه تتشكل حسبما تشكلها البيئة المحيطة فعلينا أن نتعلم ألا نرفضها وألا نرعبها ولا نحرمها، ألا نفسدها وألا نضغطها فلا تكبر ولا تنضج، علينا أن نجتمع لنأكل سوياً ونخرج سوياً، أن نتحاب وأن نختلف في الرأي لا في المبدأ فهذا هو أساس الأسرة الصحية والبذرة التي تغذينا كلنا أطفالاً وكباراً بالغذاء الروحي.

- **قواعد أساسية في تربية الطفل:**

سلوك الطفل سواء المقبول أو المرفوض يتعزز بالمكافآت التي يتلقاها من والديه خلال العملية التربوية وفي بعض الأحيان وبصورة عارضة قد يلجأ الوالدان إلى تقوية السلوك السيئ للطفل دون أن يدركا النتائج السلوكية السلبية لهذه التقوية.

يمكن تلخيص القواعد الأساسية لتربية الطفل فيما يلي:-

١) مكافاة السلوك الجيد مكافأة سريعة دون تأجيل:-

المكافأة والإثابة منهج تربوي أساسي في تسييس الطفل والسيطرة على سلوكه وتطويره وهي أيضاً أداة هامة في خلق الحماس ورفع المعنويات وتنمية الثقة بالذات حتى عند الكبار أيضاً لأنها تعكس معنى القبول الاجتماعي الذي هو جزء من الصحة النفسية، والطفل الذي يثاب على سلوكه الجيد المقبول يتشجع على تكرار هذا السلوك مستقبلاً.

مثال: في فترة تدرب الطفل على تنظيم عملية الإخراج (البول والبراز)، عندما يلتزم الطفل بالتبول في المكان المخصص على الأم أن تبادر فوراً بتعزيز ومكافأة هذا السلوك الجيد... إما عاطفياً وكلاميا (بالتقبيل والمدح والتشجيع) أو بإعطائه قطعة حلوى، نفس الشيء ينطبق على الطفل الذي يتبول في فراشه ليلاً حيث يكافأ عن كل ليلة جافة.

- أنواع المكافآت

أ) المكافأة الاجتماعية :

هذا النوع على درجة كبيرة من الفعالية في تعزيز السلوك التكيفى المقبول والمرغوب عند الصغار والكبار معا .

* ما المقصود بالمكافأة الاجتماعية ؟

الابتسامة التقبيل المعانقة الربت المديح الاهتمام إيماءات الوجه المعبرة عن الرضا والاستحسان العناق والمديح والتقبيل تعبيرات عاطفية سهلة التنفيذ والأطفال عادة ميالون لهذا النوع من الإثابة.

قد يبخل بعض الآباء بإبداء الانتباه والمديح لسلوكيات جيدة أظهرها أولادهم إما لانشغالهم حيث لا وقت لديهم للانتباه إلى سلوكيات أطفالهم أو لاعتقادهم الخاطئ أن على أولادهم إظهار السلوك المهذب دون حاجة إلى إثابته أو مكافأته.

مثال: الطفلة التي رغبت في مساعدة والدتها في بعض شئون المنزل كترتيب غرفة النوم مثلاً ولم تجد أي إثابة من الأم فإنها تلقائياً لن تكون متحمسة لتكرار هذه المساعدة في المستقبل.

وبما إن هدفنا هو جعل السلوك السليم يتكرر مستقبلاً فمن المهم إثابة السلوك ذاته وليس الطفل.

مــثال: الطفلة التي رتبت غرفة النوم ونظفتها يمكن إثابة سلوكها مـن قـبل الأم بالقول التالي: (تبدو الغرفة جميلة وترتيبك لها وتنظيفها عمل رائع افتخر به يا ابنتى الحبيبة) هذا القول له وقع أكبر في نفسية البنت من أن نقول لها (أنت بنت شاطرة).

ب) المكافأة المادية:

دلت الإحصاءات على أن الإثابة الاجتماعية تأتي في المرتبة الأولى في تعزيز السلوك المرغوب بينما تأتي المكافأة المادية في المرتبة الثانية، ولكن هناك أطفال يفضلون المكافأة المادية.

*** ما المقصود بالمكافأة المادية ؟**

إعطاء قطعة حلوى شراء لعبة إعطاء نقود - إشراك الطفلة في إعداد الحلوى مع والدتها تعبيراً عن شكرها لها السماح للطفل بمشاهدة التلفاز حتى ساعة متأخرة اللعب بالكرة مع الوالد اصطحاب الطفل في رحلة ترفيهية خاصة (سينما حديقة حيوانات سيرك الخ) .

- ملاحظات هامه

١) يجب تنفيذ المكافأة تنفيذاً عاجلاً بلا تردد ولا تأخير وذلك مباشرة بعد إظهار السلوك المرغوب فالتعجيل بإعطاء المكافأة هو مطلب شائع في السلوك الإنسانى سواء للكبار أو الصغار.

٢) على الأهل الامتناع عن إعطاء المكافأة لسلوك مشروط من قبل الطفل (أى أن يشترط الطفل إعطاءه المكافأة قبل تنفيذ السلوك المطلوب منه) فالمكافأة يجب أن تأتي بعد تنفيذ السلوك المطلوب وليس قبله.

٣) عدم مكافأة السلوك السيئ مكافأة عارضة أو بصورة غير مباشرة حيث أن السلوك غير المرغوب الذي يكافأ حتى ولو بصورة عارضة وبمحض الصدفة من شأنه أن يتعزز ويتكرر مستقبلاً.

مــثال١: الأم التي تساهلت مع إبنتها في ذهابها إلى النوم في وقت محدد بحجة عدم رغبة البنت في النوم ثم رضخت الأم لطلبها بعد أن بكت البنت متذرعة بعدم قدرتها على تحمل بكاء وصراخ ابنتها.

تحليل: في هذا الموقف تعلمت البنت أن في مقدورها اللجوء إلى البكاء مستقبلاً لتلبية رغباتها و إجبار أمها على الرضوخ.

مــثال٢: إغفال الوالدين للموعد المحدد لنوم الطفل وتركه مع التليفزيون هو مكافأة وتعزيز غير مباشر من جانب الوالدين لسلوك غير مستحب يؤدي إلى صراع بين الطفل وأهله إذا اجبروه بعد ذلك على النوم في وقت محدد.

٢) معاقبة السلوك السيئ عقاباً لا قسوة فيه ولا عنف:

أي عملية تربوية لا تأخذ بمبدأ الثواب والعقاب في ترشيد السلوك بصورة متوازنة وعقلانية تكون نتيجتها انحرافات في سلوك الطفل عندما يكبر.

العقوبة يجب أن تكون خفيفة لا قسوة فيها لأن الهدف منها هو عدم تعزيز وتكرار السلوك السيىء مستقبلاً وليس إيذاء الطفل وإلحاق الضرر بجسده وبنفسيته كما يفعل بعض الأباء في تربية أولادهم.

وعلى النقيض نجد أمهات (بفعل عواطفهن وبخاصة إذا كان الولد وحيداً في الأسرة) لا يعاقبن أولادهن على السلوكيات الخاطئة فيصبح الطفل عرضة للصراع النفسي أو الانحراف عندما يكبر.

- أنواع العقوبة

أ) التنبيه لعواقب السلوك السيئ . ب) التوبيخ .

ج) الحجز لمدة معينة . د) العقوبة الجسدية .

وبصفة عامة يجب الامتناع تماماً عن العقوبات القاسية المؤذية كالتحقير والإهانة أو الضرب الجسدي العنيف لأنها تخلق ردود أفعال سلبية لدى الطفل تتمثل في الكيد والإمعان في عداوة الأهل والتمسك بالسلوك السلبي الذي عوقب من أجله لمجرد تحدي الوالدين والدخول في صراع معهم بسبب قسوتهم عليه.

- **أخطاء شائعة يرتكبها الآباء :**

١) عدم مكافأة الطفل على سلوك جيد :

مـــثال: أحمد طالب في الإبتدائي استلم شهادته من المدرسة وكانت درجاته جيدة عاد من المدرسة ووجد والده يقرأ الصحف وقال له: (أنظر يا أبى لقد نجحت ولاشك انك ستفرح مني)، وبدلا من أن يقطع الوالد قراءته ويكافئ الطفل بكلمات الاستحسان والتشجيع قال له: (أنا الآن مشغول اذهب إلى أمك واسألها هل أنهت تحضير الأكل ثم بعد ذلك سأرى شهادتك).

٢) معاقبة الطفل عقابا عارضا على سلوك جيد :

مـــثال: زينب رغبت في أن تفاجئ أمها بشيء يسعدها فقامت إلى المطبخ وغسلت الصحون وذهبت إلى أمها تقول: (أنا عملت لك مفاجأة يا أمى فقد غسلت الصحون)، فردت عليها الأم: (أنت الآن كبرت ويجب عليك القيام بمثل هذه الأعمال لكنك لماذا لم تغسلي الصحون الموجودة في الفرن هل نسيت؟).

تحليل: زينب كانت تتوقع من أمها أن تكافئها ولو بكلمات الاستحسان والتشجيع لكن جواب الأم كان عقوبة وليس مكافأة لأن الأم:

أولاً : لم تعترف بالمبادرة الجميلة التي قامت بها البنت.

ثانياً: وجهت لها اللوم بصورة غير مباشرة على تقصيرها في ترك صحون الفرن دون غسيل .

٣) مكافأة السلوك السيئ بصورة عارضة غير مقصودة :

مـثال: مصطفى عاد إلى المنزل وقت الغداء وأخبر والدته انه يريد النزول في الحال للعب الكرة مع أصدقائه قبل أن يتناول غداءه فطلبت منه الوالدة أن يتناول الطعام ثم يأخذ قسطا من الراحة ويذهب بعد ذلك لأصدقائه فأصر مصطفى على رأيه وبكى وهددها بالامتناع عن الطعام إذا رفضت ذهابه في الحال فما كان من والدته إلا أن رضخت قائلة له: (لك ما تريد يا ابني الحبيب ولكن لا تبك ولا ترفض الطعام وأذهب مع أصدقائك وعند عودتك تتغذى)

٤) عدم معاقبة السلوك السيئ :

مـثال: بينما كان الأب والأم جالسين اندفع الابن الأكبر هيثم يصفع أخاه بعد شجار عنيف أثناء لعبهم ونشبت المعركة بين الطفلين فطلبت الأم من الأب أن يؤدب هيثم على هذه العدوانية لكن الأب رد قائلاً (الأولاد يظلون أولاد يتعاركون لفترة ثم يعودون أحباء بعد ذلك).

تحليل: هذا الرد من الأب يشجع الابن الأكبر على تكرار اعتدائه على أخيه ويجعل الأخ الأصغر يحس بالظلم وعدم المساواة.

- **دور الوفاق بين الأب والأم في تربية الطفل :**

تؤثر الخلافات بين الأب والأم على النمو النفسي السليم للطفل وعلى الوالدين أن يلتزما بهذه القواعد إن أرادوا للطفل أن ينشأ في توازن نفسي:-

- الاتفاق على منهج تربوي موحد بين الوالدين: حيث أن نمو الأولاد نموا انفعاليا سليماً وتناغم تكيفهم الاجتماعى يتقرر ولحد بعيد بدرجة اتفاق الوالدين وتوحد أهدافهما فى تدبير شؤون أطفالهم.
- على الوالدين دوماً إعادة تقويم ما يجب أن يتصرفا به حيال سلوك الطفل ويزيدان من اتصالاتهما ببعضهما خاصة فى بعض المواقف السلوكية الحساسة.
- الطفل يحتاج إلى قناعة بوجود انسجام وتوافق بين أبويه.
- شعور الطفل بالحب والاهتمام يسهل عملية الاتصال والأخذ بالنصائح التى يسديها الوالدان إليه.

❀ مثال على الاضطراب الانفعالى الذى يصيب الولد من جراء تضارب مواقف الوالدين من السلوك الذى يبديه:

زكريا عمره أربعة أعوام يعمد إلى استخدام كلمات الرضيع الصغير كلما رغب فى شد إنتباه والديه وبخاصة أمه إلى إحدى حاجاته فإذا كان عطشاً فإنه يشير إلى صنبور الماء قائلاً : (إمبو إمبو) للدلالة على عطشه ترى الأم فى هذا السلوك دلالة على الفطنة والذكاء لذا تلجأ إلى إثابته على ذلك أى تلبى حاجته فتجلب له الماء من ذاك الصنبور أما والده فيرى الألفاظ التى يستعملها هذا الولد كريهة فيعمد إلى توبيخه

على هذا اللفظ الذى لا يتناسب مع عمره وهكذا اصبح الطفل واقعا بين جذب وتنفير بين الأم الراضية على سلوكه والأب الكاره له ومع مضى الزمن أخذت تظهر على الطفل علامات الإضطراب الانفعالى وعدم الإستقرار على صورة سهولة الإثارة والانفعال والبكاء وأصبح يتجنب والده ويتخوف منه.

- **أهمية الاتصال الواضح بين الأبوين والولد :**

على الوالدين رسم خطة موحدة لما يرغبان أن يكون عليه سلوك الطفل وتصرفاته و قد يتحقق ذلك على النحو التالى :

- شجع طفلك بقدر الإمكان للإسهام معك عندما تضع قواعد السلوك الخاصة به أو حين تعديلها فمن خلال هذه المشاركة يحس الطفل إن عليه أن يحترم ما تم الإتفاق عليه لأنه أسهم فى صنع القرار.
- على الأبوين عدم وصف الطفل (بالطفل السيئ) عندما يخرج عن هذه القواعد ويتحداها فسلوكه السيئ هو الذى توجه إليه التهمة وليس الطفل كى لا يحس انه مرفوض لشخصه مما يؤثر على تكامل نمو شخصيته مستقبلا وتكيفه الاجتماعى.

❀ مـــثال على المشاركة فى وضع قواعد السلوك:-

هشام ومحمد طفلان توأمان يحبان أن يتصارعا دوماً فى المنزل وهذه المصارعة كانت مقبولة من قبل الوالدين عندما كانا أصغر سناً (أى فى السنتين من العمر)، أما فى عمر أربعة أعوام فإن هذا اللعب أضحى مزعجاً بالنسبة للوالدين جلس الوالدان مع الطفلين وأخذا يشرحان لهما أن سنهما الآن

يمكنهما من أن يفهما القول ولابد من وجود قواعد سلوكية جديدة تنظم تصرفاتهما وعلاقاتهما ببعضهما بادر الولدان بالسؤال: هل يمكننا التصارع فى غرفة الجلوس بدلا من غرفة النوم؟... هنا وافق الأبوان على النظام التالى: المصارعة ممنوعة فى أى مكان من المنزل عدا غرفة الجلوس.

عندما يسن النظام المتفق عليه لابد من تكرار ذكره والتذكير به بل ويطالب الأطفال أو الطفل بتكراره بصوت مسموع.

- **كيف تعطى الأوامر الفعالة ؟**

(أحمد أرجوك اجمع لعبك المرمية على الأرض وارفعها إلى مكانها) عندما تخاطب ابنك بهذه اللهجة فمعنى ذلك أنها طلب أما عندما تقول له: (أحمد توقف عن رمى الطعام أو تعال إلي هنا وعلق ملابسك التي رميتها على الأرض) فإنك تعطيه أمراً ولا تطلب طلباً.

يتعين على جميع الآباء إعطاء أوامر أو تعليمات باتة حازمة واضحة لأطفالهم وبخاصة الصعب منهم إزاء سلوكيات فوضوية أو منافية وليس استجداء الأولاد والتوسل إليهم للكف عنها.

إذا قررت الأم أن تطبق عقوبة الحجز فى غرفة من غرف المنزل لمدة معينة (وهذه عقوبة فعالة فى التأديب وتهذيب السلوك) عليها أن تأمر الولد أو البنت بتنفيذ العقوبة فورا وبلا تلكؤ أو تردد.

الأمر الذى نعنيه ليس معناه أن تكون عسكرياً تقود أسرتك كما تقود أفراد وحدتك العسكرية وانما أن تكون حازماً في أسلوبك.

- **متى تعطى الأوامر للطفل؟**

تعطى الأوامر للطفل فى الحالتين :-

١) عندما ترغب أن يكف الطفل عن الاستمرار فى سلوك غير مرغوب وتشعر أنه قد يعصيك إذا ما التمست منه أن يتخلى عنه.

٢) إذا وجدت أن على طفلك إظهار سلوك خاص وتعتقد أنه سيعصيك لو التمست منه إظهار هذا السلوك .

- **كيف تعطى الأوامر للطفل ؟**

لنفترض أنك دخلت غرفة الجلوس فوجدت أحمد ابنك الصعب القيادة يقفز على مقاعد الجلوس القماشية قفزاً مؤذياً للفراش الذى يغلف هذه المقاعد وقررت إجبار الولد على الكف عن هذا اللعب التخريبى.

❀ **هنا تعطى تعليماتك بالصورة التالية:**

١) قطب وجهك واجعل العبوس يعتلى أمارات الوجه.

٢) سدد إليه نظرات حادة تعبر عن الغضب والاستياء.

٣) ثبت نظرك فى عينيه وناده باسمه.

٤) أعطه أمرا حازما صارما بصوت قاس تقول فيه :

(أحمد! أنت تقفز على المقاعد وهذا خرق للنظام السائد فى البيت.. كف عن هذا السلوك فورا ولا تقل كلمة واحدة).

٥) يجب أن يكون الأمر واضحاً وغير غامض.

مــثال: إذا أمرت طفلك بالصيغة التالية: (سـميرة تعالـى إلـى هنا وضـعي هذه الألعاب علـى الرف) فإنها بهذا الأمر الواضح لا عذر لها بالتذرع بأى شيء يمنعها من التنفيذ، أما لو قلت لها: (لا تتركى الألعاب مرمية هكذا) فإنها ستتصرف وفق ما يحلو لها عكس مرادك ورغبتك لأن الأمر كان غير واضح.

٦) لا تطرح سـؤالا ولا تعط تعليقا غير مباشر عندما تأمر ابنك أو ابنتك فلا تقل له (ليس من الـمستحسن القفز على الـمقاعد) ولا أيضا (لـماذا تقفز على الـمقاعد ؟) لأنه سيرد عليك، وبذلك تعطي لطفلك الفرصة لاختلاق التبريرات فالقول الحاسم هو أن تأمر طفلك بالكف عن القفز دون إعطاء أى تبرير أو تفسير.

٧) إذا تجاهل الطفل أمرك وتمادى في سلوكه الـمخرب ليعرف إلى أى مدى أنت مصر على تنفيذ أمرك هنا لا يجب عليك اللجوء إلى الضرب أو التهديد لتأكيد إصرارك على أمرك فمثل رد الفعل هذا قد يعقد الـموقف ويزيد عناد الولد وتحديه، لك الـحل بسـيط نسـبياً ما عليك إلا أن تلجأ إلـى حـجزه فـي مكان ما من البيت لـمدة معينة.

- **الأطفال يحتاجون إلى الانضباط والحب معا :**

الانضباط يعنى تعليم الطفل السيطرة على ذاته والسلوك الحسن الـمقبول و طفلك يتعلم احترام ذاته والسيطرة عليها من خلال تلقى الحب والانضباط من جانبك.

*** لماذا لا يتمكن بعض الأباء من فرض الانضباط على أولادهم؟**

يجب أن يكون هناك الوعى الكافى لدى الآباء فى الأخذ بالانضباط لتهذيب سلوك أطفالهم وإزالة مقاومتهم حيال ذلك وهذا يتحقق إذا باشروا برغبة تنبع من داخلهم فى تبديل سلوكهم يمكن إيجاز الأسباب المتعددة التى تمنع الأباء من تبديل سلوكهم :

١) الأم الفاقدة الأمل اليائسة:

تشعر هذه الأم أنها عاجزة عن تبديل ذاتها وتتصرف دائماً تصرفاً سيئاً متخبطة في مزاجها وسلوكها.

مـــثال: فى اليوم الأخير من المدرسة توقفت الأم للحديث عن ولدها أحمد مع مدرسه هذه الأم تشكو من سوء سلوك ولدها أينما سنحت لها الفرصة لكل من يستمع لها إلا أنها لم تحاول قط يوما ضبط سلوك إبنها الصغير وعندما كانت تتحدث مع المدرس كان ابنها يلعب في برميل النفايات المفتوح قالت الأم : (أنا عاجزة عن القيام بأى إجراء تجاه سلوك إبنى إنه لا يتصرف أبدا بما يفترض أن يفعل) وبينما كانت مستغرقة بالحديث مع المعلم شاهد الاثنان كيف أن أحمد يدخل إلى داخل برميل النفايات ويغوص فيه ثم يخرج توجه المعلم نحو أمه قائلا لها: (أترين كيف يفعل ابنك ؟!) فأجابت الأم: (نعم إنه اعتاد أن يتصرف على هذه الصورة والبارحة قفز إلى الوحل وتمرغ فيه).

الخطأ هنا .. إن الأم لم تحاول ولا مرة واحدة منعه من الدخول فى النفايات والعبث بها ولم تسع إلى أن تأمره بالكف عن أفعاله السلوكية السيئة حيث كانت سلبية متفرجة فقط .

٢) الأب الذى لا يتصدى ولا يؤكد ذاته:

مثل هذا الأب لا يمتلك الجرأة ولا المقدرة على التصدى لولده إنه لا يتوقع من ولده الطاعة والعقلانية وولده يعرف ذلك وفى بعض الأحيان يخاف الأب فقدان حب ولده له إن لجأ إلى إجباره على ما يكره كأن يسمع من ابنه: (أنا أكرهك! أنت أب مخيف! أرغب أن يكون لى أب جديد غيرك) مثل هذه الأقوال تخيف الوالد وتمنعه من أن يفعل أى شيء يناهض سلوكه وتأديبه.

٣) الأم أو الأب الضعيف الطاقة:

ونقصد هنا الوالدين ضعيفى الهمة والحيوية اللذين لا يملكان القوة للتصدى لولدهما العابث المستهتر المفرط النشاط وقد يكون سبب ضعف الهمة وفقدان الحيوية مرض الأم والأب بالإكتئاب الذى يجعلهما بعيدين عن أجواء الطفل وحياته.

٤) الأم التى تشعر بالإثم :

ويتجلى هذا السلوك بالأم التى تذم نفسها وتشعر بالإثم حيال سلوك ابنها أو ابنتها الطائش وتحس أن الخطيئة هى خطيئتها فى هذا السلوك وهى المسؤولة عن سوء سلوكه ومثل هذه المشاعر التى تلوم الذات تمنعها من اتخاذ أى إجراء تأديبى ضد سلوك أطفالها.

٥) الأم أو الأب الغضوب :

في بعض الأحيان نجد الأم أو الأب ينتابهما الغضب والانفعال فى كل مرة يؤدبان طفلهما وسرعان ما يكتشفان أن ما يطلبانه من طفلهما من هدوء وسلوك مقبول يفتقران هما إليه لذلك فإن أفضل طريقة لضبط انفعالاتهما فى عملية تقويم السلوك وتهذيبه هى أن يلجأ إلى عقوبة الحجز لمدة زمنية رداً على سلوك طفلهما الطائش.

٦) الأم التي تواجه بإعتراض يمنعها من تأديب الولد :

في بعض الأحيان يعترض الأب على زوجته تأديب ولدها أو العكس لذلك لابد من تنسيق العملية التربوية باتفاق الأبوين على الأهداف والوسائل المرغوبة الواجب تحقيقها فى تربة سلوك الأولاد ويجب عدم الأخذ بأى رأى أو نصيحة يتقدم بها الغرباء فتمنع من تنفيذ ما سبق وأتفق عليه الزوجان.

٧) الزوجان المتخاصمان:

قد تؤدي المشاكل الزوجية وغيرها من المواقف الحياتية الصعبة إلى إهمال مراقبة سلوك الأولاد نتيجة الإنهاك الذى يعتريهما - مثل هذه الأجواء تحتاج إلى علاج أسرى وهذه المسألة تكون من اختصاص المرشد النفسى الذى يقدم العون للوالدين و يعيد للأسرة جوها التربوى السوى.

- **هل يتمتع طفلك بالذكاء ؟**

الذكاء هو القدرة على التفكير السليم المنطقي واستنباط المعنى والاستفادة من الخبرات والحكم على الأمور ببعد نظر

ويقال أن الطفل الذكي دائماً طفل شقي... فهل الذكاء موهبة خلقت مع الطفل منذ ولادته ويعبر عنها بالشقاوة الزائدة... أم أن الذكاء تنمية لقدرات الطفل بعد ولادته واكتسابه له من خلال الاحتكاك بالحياة مع الآخرين؟... على أي أساس تتحدد نسبة ذكاء الطفل؟... وهل تقاس نسبة ذكائه بمدى ترتيبه بين الإخوة والأخوات؟... وهل يلعب عامل الوراثة دوراً هاماً في ذكاء الطفل؟... وكيف يتفاوت هذا الذكاء بين طفل وآخر في الأسرة الواحدة ؟

إن الذكاء عادة ما يتحدد بالعامل الوراثي بنسبة ٦٠ ٪ إلى ٦٥ ٪ كما أن الذكاء يمكن أن يكون ذكاء اجتماعياً أو ذكاء حسابياً.

فالذكاء الاجتماعي: هو القدرة على إقامة العلاقات الاجتماعية وعلى التصرف وسط الجماعة بتلقائية ونجاح، وهو الذي يأتي من خلال التنشئة الاجتماعية ومن خلال درجة الاختلاط بالبيئة المحيطة بالطفل ودرجة السماح له بالتعامل مع المتغيرات البيئية والقدرة على الاحتكاك الاجتماعي وزيادة المؤثرات التي تنمي قدراته العقلية وتظهر مواهبه.

أما الذكاء الحسابي: فهو القدرة على حل المشاكل والقدرة على ربط الأشياء ببعضها واستنباط العلاقات التي تقاس بالاختبارات والمقاييس السيكولوجية التي تحدد قدرة الطفل على حل المشاكل عن طريق التفكير بينه وبين نفسه.

وهذا النوع من الذكاء هو الذي يعتمد بصورة أكثر وضوحاً على العامل الوراثي . والتكوين الجسماني وهو عكس الذكاء الاجتماعي الذي يتحدد بقدرة الطفل على التعامل مع البيئة المحيطة به وعلى حسن التصرف في المواقف الاجتماعية وإمكانية التواصل وتعطي له فرصته في الاحتكاك الاجتماعي ويكون هذا الطفل أعلي في نسبة ذكائه وبذلك يكون الطفل الثالث أو الرابع لديه قدرة كبيرة على التفكير والابتكار.

وبمعنى أوضح كلما ازداد عدد أفراد الإخوة كانت فرصة ارتقاع الذكاء الاجتماعي لهذا الطفل الثالث أو الرابع أكثر، باعتبار أن هناك مجالاً أوسع للتعامل مع الإخوة الأكبر منه واكتساب المهارات عن طريق اللعب معهم ، ويجب ألا ننسى عامل التقليد والمحاكاة في المواقف الاجتماعية المختلفة عن طريق تنمية قدراته العقلية بواسطة الاستفادة من تكرار المحاولة والخطأ الذي يعطيه فرصة كبيرة لتنمية قدراته الذكائيه .

وعندما نتحدث عن الذكاء بصورة عامة سواء كان حسابياً أم اجتماعياً، فمما لا شك فيه أن الطفل الثالث أو الرابع في الأسرة تكون فرصته أكبر في مستوى ذكائه كلما أتيحت له الظروف الملائمة وكانت خبرة الوالدين أعمق في التنشئة السليمة والاستفادة عن طريق تجنب أخطاء سابقة مع الطفل الأول أو الثاني.

ويضاف إلى ذلك عامل هام وهو عامل صحة الأم أثناء الحمل والولادة وفترة الرضاعة فكل ذلك يعمل على رفع مستوى الذكاء لدى الطفل إلى جانب المناخ الاقتصادي

والاجتماعي في الأسرة وإمكانية توفير وسائل الترفيه واللعب والتسلية، كل ذلك يجب أن يتوافر داخل الأسرة لرفع مستوى ذكاء الأطفال التالية بصفة عامة .

عندما يكون هناك تخلف وتأخر في النمو الجسماني للطفل فذلك يصاحبه تأخير ما في درجة نموه النفسي والعقلي نظراً لارتباط الجسم بالنفس وهو ارتباط مؤكد فكل من الجسم والنفس يؤثر على الآخر لذلك فعن حالات تأخر المشي أو النطق والكلام مع وجود التلعثم أو التأخر في النمو الحركي وعدم التحكم في عضلات الجسم وضعفها .. كل هذه المظاهر المرضية ترتبط بالضعف والتأخر في الجهاز العصبي الطرفي الذي ينعكس على النمو الحركي.

أما إذا كان هناك اضطراب في الجهاز العصبي فإن الحالة النفسية تتأثر من حيث التأخر في النضج العاطفي والانفعالي والتأخر الفكري وتتأثر أيضاً درجة العلاقات الاجتماعية، وكل ذلك يبرز الاتصال والعلاقة المتبادلة بين النمو الجسماني وبين النضج النفسي.

لقد توافر مؤخراً العديد من الأبحاث الطبية لمحاولة تفسير العلاقة ما بين الأمراض العضوية كالشلل وحالات الإعاقة المختلفة وبين إصابات الجهاز العصبي والحبل الشوكي، وظهرت تفسيرات عديدة تؤكد أن الطفل الذي يتعثر في السير والكلام يكون أقل ذكاءً وقدرة على الاستيعاب من قرينه الذي يتعلم الكلام والمشي في مراحل مبكرة من العمر.

ولذلك فإن وجود الخلل في الجهاز العصبي يؤثر على قدرات الطفل الحركية والفكرية معاً، وقد يرجع هذا الخلل إلى عدة أسباب منها تعرض الطفل للإصابة الوراثية أو الالتهابات الفيروسية، أما بالنسبة للأسباب المعوقة للذكاء الاجتماعي فمنها تعرضه للهزات النفسية نتيجة لمعايشة المريض للجو الاجتماعي والأسري والذي ينعكس جلياً في انحرافات السلوك وعدم القدرة على التكيف مع الآخرين.

إن العلماء اختلفوا على تعريف الذكاء، وبناء على ذلك فقد أعطوه أكثر من تفسير أو تعريف .

من أهمها أن الذكاء يعني قدرة الإنسان على ربط العلاقة بين الأشياء، وهناك تعريف آخر يقول: (إن الذكاء هو القدرة على التفكير السليم والاستنباط) بمعنى استنتاج المعنى من وراء أي كلمة أو مفهوم والاستفادة من الخبرات السابقة وبعد النظر في الحكم على الأمور، كما أن هناك تعريفاً آخر هو أن الذكاء يعني القدرة على حل المشاكل بتلقائية دون الاستعانة بالخبرات المشابهة السابقة وأن الذكاء هو القدرة على إقامة العلاقات الاجتماعية مع القدرة على التصرف في وسط الجماعة .

ولذلك فإننا من هذا المنطلق لابد أن نعلم أن هناك نوعية من الذكاء أولها الذكاء الحسابي المقنن يمكن قياسه بمقاييس واختبارات نفسية، والذكاء الاجتماعي غير المقنن والذي يعتمد على قدرة الفرد التصرف وسط الجماعة، وهذا النوع من الذكاء غير المحسوب ولا يمكن قياسه باختبارات،

ومقاييس، وإنما يمكن الحكم عليه خلال تصرفات الشخص وسط الجماعة.

وعندما يكون هناك تخلف ما لدى الطفل في نموه الجسماني فلابد أن يكون هناك تأخر بدرجة ما في نموه النفسي والعقلي لوجود ارتباط بين الجسم والنفس والعقل وهو ارتباط أصيل ومؤكد حيث أن كلا منهما يؤثر على الآخر ولذلك فإنه من المتوقع أن حالات تأخر المشي وتأخر النطق أو اضطراب الكلام الثأثأة والتلعثم أو التأخر في النمو

بأنواعه المختلفة والتأخر في التحكم في عضلات الجسم الداخلية والخارجية مثل عضلات التبول والإخراج ومثل عضلات اليدين والساقين، إن كل هذا يكون مرتبطا أساساً بوجود ضعف وتأخر ما في الجهاز العصبي المركزي الذي يتمثل في المخ والحبل الشوكي، والجهاز العصبي الطرفي الذي يؤثر في العضلات وبالتالي ينعكس هذا على النمو الحركي العضلي .

أما إذا كان هناك اضطراب في الأعصاب والجهاز العصبي ككل، فلابد أن تتأثر الحالة النفسية . وبناء على ذلك يمكن الربط ما بين التأخر في الكلام والمشي والنمو العقلي وبين التأخر في الحالة النفسية كالنضج وتكوين شخصية الطفل وكذلك درجة ذكائه الذي يعتمد على نضجه الفكري ونضجه العاطفي أو الانفعالي وقدرته على تكوين العلاقة الاجتماعية مع الآخرين وهنا يبرز الاتصال ما بين النمو الجسمي وبين النضج النفسي .

- **عشرون خطوة للتعامل مع طفلك المخطئ :**

١) بدلاً من أن تلعني الظلام أشعلي شمعة.
٢) أعيدي الثقة للطفل بعد الخطأ فالثقة دائماً هي العلاج المهدئ.
٣) اسألي نفسك عندما يخطئ الطفل، هل علمتيه حتى لايخطئ؟.
٤) علّميه تحمل مسئوليته عن أخطائه ليكتسب مهارة التحكم في الذات.
٥) أشعريه بعواقب الخطأ حتى تولد لديه الرغبة في تغييره.
٦) ابحثي عن دافع الخطأ لديه لتعالجي الأصل بدل الأعراض.
٧) كوني بجانبه وشاركيه احساساته لتمارسي توجيهك بشكل إيجابي.
٨) ابتسمي وأنت تشعريه وتقنعيه بالخطأ.
٩) افصلي الخطأ عن شخصية الطفل، فلا أحد يحب أن يُعرَف بأخطائه عند الآخرين.
١٠) كوّني عند الطفل المعايير التي من خلالها يتعرف على الخطأ.
١١) لا تُخيفيه من الفشل وعلّميه فن النهوض من جديد.
١٢) لا تجعليه ينسحب أو يتخلى بسبب الفشل.
١٣) أبرزي قدراته التي تخوله النجاح في المحاولات المقبلة.
١٤) علميه الصلابة والإصرار على النجاح في مواجهة مشاعر الإحباط.
١٥) لا تيأسي من طفلك مهما تكرر خطؤه.
١٦) علميه الاعتماد علي نفسه لتجاوز الخطأ.

١٧) بشريه لتجعلي منه إنساناً متفائلاً؛ فالتفاؤل يقوي الإرادة الذاتية.
١٨) أنصتي إليه بتمعن واهتمام لتفهم أصل الخطأ.
١٩) تأكدي أن الحب والتسامح والابتسامة أقوى من الغضب والانفعال.
٢٠) تدخلي فقط بعد تهدئته .

- **ولن نظفر بصداقتهم إلا إذا رأينا الدنيا بعيونهم:**

– استمع إلى ابنك :

إذا أتاك ابنك ليحدثك عما جرى معه في المدرسة، فلا تضرب بما يقول عرض الحائط. فحديثه إليك في تلك اللحظة بالنسبة له أهم من كل ما يشغل بالك من أفكار، فهو يريد أن يقول لك ما يشعر به من أحاسيس، بل وربما يريد أن يعبر لك عن سعادته وفرحه بشهادة التقدير التي نالها في ذلك اليوم.

أعطه اهتمامك إن هو أخبرك أنه نال درجة كاملة في ذلك اليوم في امتحان مادة ما، شجعه على المزيد، بدلاً من أن يشعر أنك غير مبال بذلك، ولا مكترث لما يقول.

وإذا جاءك ابنك الصغير يوماً يخبرك بما حدث في المدرسة قائلا: لقد ضربني فلان في المدرسة ، وأجبته أنت: هل أنت واثق بأنك لم تكن البادئ بضربه؟ ، فتكون حقا قد أغلقت باب الحوار مع ابنك، حيث تتحول أنت في نظر ابنك من صديق يلجأ إليه إلى محقق أو قاض يملك الثواب والعقاب.

بل ربما اعتبرك ابنك أنك محقق ظالم وأنك يبحث عن اتهام الضحية ويصر على اكتشاف البراءة للمتعدي عليه.

فإذا تكلم الابن أولاً إلى والديه، فعلى الوالدين إبداء الانتباه، وتواصل الحوار، وينبغي مقاومة أي ميل إلى الانتقاد أو اللامبالاة بما يقوله الابن.

- داعب أطفالك :

كان رسول الله ﷺ يداعب الأطفال ويرأف بهم، ومن ذلك مواقفه المعروفة مع أحفاده وأبناء الصحابة ﷺ.

روى أبو هريرة ﷺ أن رسول الله ﷺ قبل الحسن بن علي ﷺ وعنده الأقرع بن حابس التميمي جالس، فقال الأقرع: إن لي عشرة من الولد ما قبلت منهم أحدا، فنظر الرسول الكريم ﷺ إليه ثم قال: من لا يَرحم لا يُرحم . متفق عليه .

وكان معاوية ﷺ يقول: (من كان له صبي فليتصاب له).

وكان رسول الله ﷺ يداعب الأطفال فيمسح رؤوسهم، فيشعرون بالعطف والحنان.

فعن عبد الله بن جعفر ﷺ قال: مسح رسول الله ﷺ بيده على رأسي وقال: اللهم اخلف جعفرا في ولده (رواه الحاكم)

كما كان رسول الله ﷺ يمسح خد الطفل كما ورد في صحيح مسلم:

عن جابر بن سمرة قال: صليت مع رسول الله ﷺ ثم خرج إلى أهله وخرجت معه فاستقبله ولدان - أي صبيان - فجعل يمسح خدي أحدهم واحداً واحداً .

وروى النسائي: أن رسول الله ﷺ كان يزور الأنصار ويسلم على صبيانهم، ويمسح رؤوسهم .

- اترك لطفلك بعض الحرية :

وأسوأ شيء في دورنا ومدارسنا - كما قال أحد المربين المراقبة المتصلة التي تضايق الطفل وتثقل عليه، فاترك له شيئا من الحرية، واجتهد في إقناعه بأن هذه الحرية ستسلب إذا أساء استعمالها، لا تراقبه ولا تحاصره، حتى إذا خالف النظام فذكره بأن هناك رقيباً.

إن الطفل يشعر بدافع قوي للمحاربة من أجل حريته، فهو يحارب من أجل أن يتركه الأب يستخدم القلب بالطريقة التي يهواها ويحارب من أجل ألا يستسلم لارتداء الجوارب بالأسلوب الصحيح .. والحقيقة الأساسية أن الابن يحتاج إلى أن تحبه وأن تحضنه لا أن تحاصره.. ويحتاج إلى الرعاية الممزوجة بالثقة، ويحتاج إلى أن تعلمه كل جديد من دون أن تكرهه عليه..

وباختصار: لا تجعل أكتاف الطفل ملعباً تلهو به بكرة القلق الزائد.

- أوامر حازمة .. لكن بحكمة :

ينبغي أن تكون الأوامر حازمة، وأن تتضمن اللهجة أيضا استعداد الأب والأم لمساعدة الطفل، فإذا كان الطفل قد فرش أرض الغرفة بلعبه الكثيرة فيمكن للأم أن تقول له: (هيا نجمع اللعب معا).

وهنا تبدأ الأم في جمع لعب الطفل، وسيبدأ الطفل فورا في مساعدة الأم.

وكثيراً ما نجد الطفل يتلكأ، بل قد يبكي ويصرخ عندما تطلب منه الأم بلهجة التهديد أن يذهب ليغسل يديه أو أن يدخل الحمام، ولكن الابن لو تلقى الأمر بلهجة هادئة فسيستجيب بمنتهى الهدوء، فكلما زاد على الطفل الإلحاح شعر بالرغبة في العناد. وعدم الرغبة في القيام بما نطلب منه من أعمال.

بعض الآباء يتفاخر بأن أبناءهم لا يعصون لهم أمرا، ولا يفعلون شيئا لم يؤمروا به، والبعض الآخر يتعامل مع أطفاله وكأنهم ممتلكات خاصة لا كيان لهم. وآخرون يكلفون أبناءهم فوق طاقتهم، ويحملونهم من المسؤوليات ما لا يطيقون في كل هذه الحالات مغالاة وبعد عن الأسلوب الحكيم في التربية وهو ﴿خير الأمور أوسطها﴾.

- قللوا من التوبيخ :

انتبهوا أيها الآباء والأمهات إلى ضرورة التقليل من التوبيخ الأوتوماتيكي وغير الضروري وإلى التقليل من الرقابة الصارمة على الأطفال، فالطفل ليس آلة نديرها حسبما نشاء، إن له إبداعه الخاص في إدارة أموره الخاصة ، فلماذا نحرمه من لذة الإبداع ؟

وكثيراً ما يواجه الطفل بالعديد من الأسئلة والأوامر:- لماذا تضحك هكذا؟.. لماذا تمشي هكذا؟.. انطق الكلمات نطقا سليما.. لا تلعب بشعرك.. اذهب ونظف أسنانك.. .

وكل ذلك قد ينعكس في نفس الطفل فيولد حالة من عدم الاطمئنان، أو فقدان الثقة بالنفس، وكثيرا ما ينال الطفل الأول الحظ الأوفر من الاهتمام الجشع والرقابة الصارمة من قبل الأبوين ثم ما يلبث الأبوان أن يشعرا بأنهما قد تعلما الكثير من طفلهم الأول، فيشعران أنهما بحاجة لإعطاء وليدهما الثاني بعض الحرية، فيتصرفان مع الطفل الثاني بمزيد من الثقة خلافاً للطفل الأول.

وعلى الأم أن تُنمي عادة الحوار الهادئ مع طفلها، فتطرح عليه بعض الأسئلة لترى كيف يجيب عليها، وتعوده على عدم رفع الصوت أثناء الحديث، وعدم مقاطعة المتحدثين وهكذا.. تسأله مثلاً:- ماذا تفعل لو رأيت أخاك يضربه رفاقه؟... وماذا تفعل لو رأيت طفلاً مجروحاً في الطريق؟ .

فالأطفال الذين لا يكلمهم آباؤهم إلا نادراً ينشأون أقل ثقة بالنفس من الذين يعودهم آباؤهم على الكلام والحوار الهادئ.

- **سلوك أبنائك من سلوكك :**

عندما يصرخ الأب قائلا إنه يتعب كثيراً، ولا ينال شيئاً مقابل تعبه وهو المظلوم في هذه الحياة، فإن ذلك ينقلب في ذهن طفله إلى أن الرجل هو ضحية المرأة، وأنه من الأفضل عدم الزواج.

وعندما تصرخ الأم بأن الرجل هو الكائن الوحيد الذي يستمتع بالحياة، وهو الذي يستغل كل جهد للمرأة، فإن هذا الصراخ ينقلب في وجدان الفتاة الصغيرة إلى كراهية الرجل وعدم تقديره، ولهذا تجدها تنفر من الزواج عندما تكبر.

والابن الذي يرى أباه يحتقر أمه يعتبر ذلك الاحتقار هو أسلوب التعامل المجدي مع المرأة، والبنت التي ترى أمها كثيرة التعالي على الأب وتسيء معاملته يستقر في ذهنها أن أساس التعامل مع الرجل التعالي عليه والإساءة إليه.

والخلاصة: أنه ينبغي أن تكون معاملة الوالدين ثابتة على مبادئ معينة، فلا تمدح اليوم ابنك على شيء زجرته بالأمس على فعله، ولا تزجره إن عمل شيئا مدحته بالأمس على فعله، ولا ترتكب أبداً ما تنهى طفلك عن إتيانه.

- **خمس طرق لتقول لطفلك (إنني أقدرك):**

– أولاً: احترم غضب طفلك :

مـــثال: كان محمد غاضباً لأن صديقه خالد لم يدعه إلى حفلته، بل اختار أطفالاً آخرين ليسوا بأصدقاء حقيقيين ظل محمد يذكر المرات التي تصدى فيها للدفاع عن خالد في المدرسة لم يعلق والده ولم يحاول أن يجعله يرى الأمر من وجهة نظر مختلفة ولم يحاول أن يخرجه من المزاج الغاضب الذي يسيطر عليه بل فضل الاستماع إليه بإنصات متوقفاً عن ما كان يشغله لقد أعطاه اهتمامه الكامل.

- ثانياً: استمتع بنكاته :

مــثال: كان أحد أطباء تقييم الأطفال الأديسونيين وهم الأطفال الذين يملكون خيالاً واسع الابتكار هذا الطبيب كان يجري أحد الاختبارات على طفل من النوع المكتشف وكان الاختبار يضم تركيب قطع صغيرة للوصول إلى صورة كبيرة ومن أساسيات الاختبار أن لا يلمس الطفل القطع حتى يؤذن له، ولكن الطفل أمسك بقطعتين تحويان صورة أرجل وظل يحركها على الطاولة وكأنهما يركضان وهو يطلق أصواتاً مضحكة لم يوقف الطبيب الاختبار بل اعتبر أن قانون الاختبار يحتاج إلى تعديل.

- ثالثاً: امتنع عن تصحيح المخالفات البسيطة :

مــثال: أعد ابنك إفطار اليوم لوالدته وإخوته وبعد الانتهاء قام بحمل الصحون ووضعها في غسالة الصحون ونظف الطاولة كان أداؤه رائعاً وكان يشعر هو بذلك بعد انتهاء دورة الغسالة وعندما فتحتها والدته فوجئت بقطع من البيض قد لوثت جميع الأطباق فابنك لم ينظف الصحون جيداً قبل ادخالها الغسالة ورغم أن والدته ظلت تنظف ما حدث لأكثر من ساعة إلا أنها كظمت غيضها ولم تنهره لما فعل.

- رابعاً : تحدث باحترام :

مـثال: لو أن ابنتك رفضت رفع أغراضها عن أرض غرفة المعيشة واستعدت لترك المنزل مع صديقاتها لفناء البيت للعب. كادت أمها أن تقول لا يهمنى أن أردت أم لا. اذهبي إلى غرفتك فلن تذهبي مع صديقتك للعب. ولكن بعد دقيقة من التفكير طلبت من ابنتها أن تتحدث معها في غرفتها وقالت لها لقد ناقشنا هذا الأمر من قبل واتفقنا على حمل الأغراض بعد الانتهاء من اللعب وقبل الذهاب مع صديقاتك. أليس كذلك؟.

- خامساً: توقع الامتياز :

مـثال: منذ أن شاهد (وليد) فيلم خيال علمي أصبح هذا أهم اهتماماته فملأ غرفته بالصور الخاصة به وعندما طلب المدرس في مادة الاجتماعيات منه أن يكتب بحثاً عن زمن بخلاف الزمن الحالي، سأله (وليد): هل أكتب عن سنة ٣٨٠٠ميلادية ؟.. ورغم أن هذا يختلف تماماً عن ما يطلبه المدرس إلا أنه سمح له بذلك بعد أيام قدم (وليد) بحثاً يضم إحصائيات وخرائط ورسومات وتحدث عن ذلك العصر سياسياً ودينياً وعلمياً اعتماداً على ما رآه في ذلك الفيلم لقد كان بحثاً مذهلاً.

والطفل في الأشهر الأولى عند ولادته ينام ما يقارب ٢٢ ساعة ولكنه يصحو بين فترة وأخرى إما لجوع أو لمرض أو لعطش أو أنه يقوم لحاجة، وتتقلص ساعات النوم حتى تصبح عشر ساعات في سن السادسة و٨ ساعات في سن المراهقة.

وهذه الساعات يجب على الطفل أن ينامها لكي ينمو نموا سليماً صحيح الجسم بعيداً عن التوترات العصبية.

- **أخطاء نقع فيها :**

أولاً: إن تأخر النوم بالنسبة للطفل يحدث عنده توترات عصبية وخاصة عندما يستيقظ للمدرسة ولم يأخذ كفايته من النوم، مما قد يؤدي إلى عدم التركيز في الفصل أو النوم فيه.

ثانياً: إن بعض الأسر تحدد مواعيد ثابتة لا تتغير مهما تكن الأسباب، فالطفل حدد له موعد الثامنة ليلاً، ولذلك يجب عليه أن يلتزم به مهما تكن الظروف، وهذا خطأ لأن الطفل لو كان يستمتع باللعب ثم أجبر على النوم فإن ذلك اضطهاد له وعدم احترام لشخصيته وكذلك فإن الطفل ينام متوتراً مما ينعكس ذلك على نومه من الأحلام المزعجة وعدم الارتياح في النوم.

ثالثاً: بعض الآباء يوقظ ابنه من النوم لكي يلعب معه أو لأنه اشترى له لعبة، وخاصة عندما يكون الأب مشغولاً طول اليوم وليس عنده إلا هذه الفرصة، فإن هذا خطأ، لأنك قطعت على ابنك النوم الهادئ ومن الصعب أن ينام مرة أخرى بارتياح.

رابعاً: بعض الآباء ينتهج أسلوب التخويف وبث الرعب في نفس الطفل لكي ينام. وهذا أكبر خطأ يقع فيه الآباء.

خامساً: بعض الأمهات قد تقص على ابنها حكايات قد تكون مخيفة وبالتالي تنعكس آثارها السلبية على الطفل في نومه على شكل أحلام مزعجة مما يؤثر على استقرار الطفل في النوم.

سادساً: بعض الأسر قد تُرغب ابنها بشرب السوائل من عصير أو ماء أو غيرهما وخاصة قبل النوم مباشرة، وذلك يؤدي إلى التبول اللاإرادي الذي تشتكي منه معظم الأسر.

سابعاً: غلق الغرفة على الطفل عند الذهاب للنوم والظلام الدامس يزرع الخوف في نفس الطفل من الظلام كما يسيب عدم الاستقرار والاضطراب في النوم.

ثامناً: عدم تعويد الطفل منذ الصغر النوم بمفرده، حيث إن بعض الأسر تسمح للطفل أن ينام مع الوالدين أو الأم حتى سن السادسة وهذا خطأ كبير؛ لأنه في هذه الحالة ينشأ اتكالياً غير مستقر.

لذلك ننصح بأن نعود الطفل النوم منذ الصغر أي من السنة الأولى بالنوم منفرداً وحده حتى يتعود على ذلك.

وأخيراً: نجد أن كثيراً من المشكلات التي يعانيها الأطفال سواء في التبول اللاإرادي أو الخوف من الظلام أو الصراخ أثناء النوم أو النوم في المدرسة أو عدم الاستيعاب أو عدم الذهاب إلى المدرسة... كلها بسبب الاضطراب في النوم وعدم الاستقرار.

- **أسرار تفوق الأطفـــــال ......؟؟**

إن السبب الرئيسي لعدم استغراق ومشاركة الوالدين لأبنائهم هو عدم معرفتهما مدى أهمية ذلك لنجاح الطفل في التعليم، فبدلاً من الاستغراق والمشاركة الإيجابية يقوم معظم الآباء بإضاعة الوقت في أعمال لا طائل منها مثل: تعنيف الأطفال، أو أداء الواجب بدلاً منهم، أو الضغط عليهم لكي يحصلوا على الدرجات المرتفعة بأي ثمن، ودفعهم إلى الشعور بالذنب، بل وعقابهم لحصولهم على الدرجات المنخفضة، وهذا أول شيء علينا ألا نقوم به، ثم ننتقل إلى الخطوة الثانية؛ ألا وهي: (إحياء نموذج مشاركتنا لأطفالنا حينما كانوا يتعلمون المشي)، وببساطة في الأسلوب، وبحجة علمية مقنعة للجميع يسأل القارئ: هل يمكن لك أن تتصور أن تُوقف طفلاً ثم تقول له: امش! وعندما يقع تقوم برفعه من على الأرض وتضربه وتقول له: لقد طلبت منك أن تمشي، كلا إنك توقف الطفل إلا أنه يترنح قليلاً في اليوم الأول، فتتملكك الإثارة وتصيح: لقد وقفت لقد وقفت! ثم نقوم بمعانقته وتقبيله أيضًا! وهكذا يومًا بعد يوم، حتى يدرك الصغير أن الأمر يشكل صفقة جيدة، فيبدأ بتحريك رجله أكثر وأكثر، وإن كان يواصل التعثر إلى أن يتمكن من المشي في النهاية .

وبتذكر هذه المواقف، سوف ندرك أن العديد من الأشياء التي يقوم بها الوالدان مفيدة ومؤثرة وصحيحة بمفردات نظرية :- "التلقين والتعليم". وعلى ذلك يكون المفهوم الكامل

الذي على الوالدين أن يتبنياه هو تشجيع الطفل على القيام بالمجهود بصورة متكررة ومعادة. ويمكن لهذا الأمر أن يتم بطرق متعددة ومتنوعة :

١) أن يُظهر الوالدان الاهتمام والحماس لجهود أطفالهم.
٢) إظهار الإثارة والإعجاب تجاه أدنى تقدم يحرزه الطفل.
٣) تشجيع كافة الجهود المعادة والمتكررة، وتجاهل كافة المحاولات غير الموفقة أو الفاشلة، ولو قام الوالدان بتشجيع أطفالهم على هذا النحو، فإنهم بذلك يمارسون عنصرين أساسيين، معروفين في علم النفس التربوي: (التدعيم) التخلص من سلوك ما.
٤) التدعيم عن طريق الاهتمام الكامل لكل مجهود يقوم به الطفل، وإبداء الإعجاب عندما يبدي الطفل، ولو أدنى تقدم.
٥) التخلص من سلوك ما، وذلك بتجاهل وعدم التعليق على إخفاقات الصغير، والنظر إلى مرات الفشل على أنها خطوات ضرورية من أجل النجاح الحقيقي، إن الآباء، بعدم إبداء اهتمامهم بالفشل، يسمحون بذلك للطفل ألا يعطي لفشله ـ هو الآخر ـ أي اهتمام.

لذا فإن الوالدين يلعبان دوراً رئيسياً وهاماً في رفع كفاءة مستوى التحصيل الدراسي لأبنائهم وكلما زاد مقدار الوعي عند الوالدين بكيفية تشجيع أبنائهم لتحقيق الأفضل في مراحل الدراسة كلما وجدنا بالفعل أن الأبناء حققوا نجاحاً وتحصيلاً دراسياً مرتفعاً..

- **الحب والإحترام والتفهم**

طفلك دائما يحتاج في الـمرحلة من ست إلى عشر سنوات إلى أن يشعر بنزعة الاستقلال عنك ويبدأ في التمرد على القواعد والقوانين التي تضعينها على سلوكه، فعالـمه يتسع ليشمل الـمدرسة التي يذهب إليها بشكل منتظم، والزملاء والأصدقاء الجدد الذين يتعرف عليهم ويرغب في الانضمام إليهم ليثبت ذاته بينهم، ورغم كل مظاهر التمرد واثبات الذات، يظل طفلك في احتياج إليك إلى حبك، إلى تشجيعك، والي تفهمك لتضعيه على أبواب الـمستقبل من خلال أسائيب التربية السليمة.

وهنا أعطيك بعض الطرق والأساليب التي تدخلين عن طريقها إلى عالم طفلك حتى لا يشرد بعيدا عنك إلى مناطق غير مأمونة :-

- ✓ تحدثي معه عن يومه في المدرسة ..
- ✓ خصصي له غرفة مستقلة أو ركنا ..
- ✓ شجعيه وامتدحيه..
- ✓ اطلبي منه مساعدتك في مسؤوليات البيت ..
- ✓ تفهمي ظروف الخطأ والمطلوب هو التواصل مع الطفل بالحب والاحترام والتفهم ..

- **تدريب الطفل :**

عندما يبدأ الطفل بالنمو وبتشغيل يديه في عمل من الأعمال فإن ذلك يثير في عقله اليقظة، ويكسبه معرفة وعلماً، وهكذا يتقن العمل ويتطلع إلى إجادة العمل خطوة خطوة بعد أن يشاهد أمامه كيف يدرب حواسه ويعيد هو بنفسه ذلك العمل، ولقد اهتم الصحابة رضوان الله عليهم بتدريب أطفالهم، فكانوا مثلاً يهيئون اللعب لأطفالهم لكي يتسلوا بها أثناء الصيام ولا يشعروا بطول النهار.

وفي تدريب الطفل هناك أسس وقواعد لا بد من مراعاتها حتى يؤتى التدريب ثماره المرجوة ومنها :-

- **تكليف الطفل تكاليف مناسبة لجنسه .**
- **تكليف الطفل تكاليف مناسبة لسنه:** فليس من المناسب تحميل الطفل أحمالاً لا يستطيعها ولا أن نطلب من الطفلة رعاية أخيها الصغير رعاية كاملة بلا مراقبة ولا إرشاد .
- **التدرج في التكاليف:** فنبدأ معه بالتكاليف البسيطة والسهلة والآمنة والمفهومة، ونبتعد عن التكاليف المعقدة التي تحتاج أكثر من مهمة لإنجازها.
- **عدم العقوبة في حال الخطأ:** فالتعنيف والتوبيخ يسببان إحباطاً شديداً لدى الطفل مما يترك أثراً تربوياً سيئاً في نفسه كما يجعل التدريب ومهارات التعليم تنتكس عند الطفل، والصواب هو توجيه الطفل بكل هدوء إلى خطئه ومحاولة

تدريبه من جديد ليتجاوزه، فالخطأ لا يعني بأي حال من الأحوال العجز أو الفشل.

- **المراقبة في بدايات التكليف:** فالبدايات دائمًا تحتاج إلى تصويب ومتابعة حتى نجعل الطفل يتقن العمل حتى لو حصل على بعض المساعدة في المرات الأولى.

- **اختيار الوقت المناسب في التكليف:** فلا تطلب منه عملاً أثناء لعبه مع الأطفال أو جلوسه منسجمًا أمام شاشة التلفاز، وخاصة في البدايات مع تكليفه بأمور تحتمل التأخير، حتى يفرغ من لعبه.

- **التوسط في التشجيع:** فلا نهمل تشجيعه حتى يتشجع ويواصل تدريبه، ولا نبالغ في الثناء عليه حتى يدرك أن هذا من الواجبات التي يجب القيام بها .

• دور الأم في تربية الطفل المسلم وأثر علاقة الوالدين في تربية الطفل :

لقد أودع الله ﷻ في قلب ونفس الوالدين مشاعر متآلفة من الحب والحنان والعطف نحو أطفالهم، ولقد وردت في القرآن الكريم آيات كثيرة توضح علاقة الأباء والأبناء منها قوله ﷻ:

﴿ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوٓاْ إِلَّآ إِيَّاهُ وَبِٱلْوَٰلِدَيْنِ إِحْسَٰنًا... ۞ ﴾،

وقول المصطفى ﷺ ألزموا أولادكم وأحسنوا أدبهم .

فالطفل إذا وجد في جو مشبع بالمودة والرحمة، فإن ذلك سيؤثر على هدوء واستقرار نفسيته، ولا شك أن الوضع الثقافي والتعليمي للوالدين يؤثران تأثيراً إيجابياً وفعالاً في التربية السليمة للطفل، وفي الصورة المقابلة نجد العكس، فعندما تكون الأسرة بعيدة كل البعد عن النواحي الثقافية والتعليمية، فإننا سنجد الطفل الذي يعاني الكثير من صعوبة التكيف مع المجتمع والبيئة التي يعيش فيها، فالأم قدوة متحركة في أرجاء البيت والطفل يتأثر بما يدور حوله، فإن كانت الأم صادقة أمينة مخلوقة كريمة شجاعة عفيفة، نشأ ابنها على هذه الأخلاق الحميدة، والعكس نجده إذا كانت الأم تتسم بسمات عكس السمات السابقة، نشأ الطفل على الكذب والخيانة والتحلل والجبن، فالطفل ما لم يوجه التوجيه السليم، فإنه بلا شك سينحرف إلى الجانب السلبي.

وصدق رسول الله ﷺ عندما قال:

﴿ كل مولود يولد على الفطرة وأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه ﴾

والآن و قد أصبح طفلك الصغير على مشارف مرحلة قادمة من عمره (مرحلة المراهقة) فإنه من الأهمية أن تتعرف على أهم خصائص النمو التى تميز تلك المرحلة ، كما يجب أن نتعرف باختصار على أهم مشكلات تلك المرحلة و حلول هذه المشكلات .

- **مظاهر (خصائص) نمو المراهقين بشكل عام :**

١) النمو الجسمي والفسيولوجي والحركي:

تمتاز مرحلة المراهقة بتغيرات جسمية سريعة وخاصة في السنوات الثلاث الأولى بسبب زيادة إفراز هرمونات النمو، فمن أهم مظاهر النمو الجسمي زيادة واضحة في الطول، وزيادة في الوزن، نتيجة للنمو في أنسجة العظام والعضلات وكثرة الدهون عند الإناث خاصة، وكذلك نمو الهيكل العظمي بشكل عام.

وتعتبر المراهقة من أهم فترات التغير الفسيولوجي إذ تبدأ بالبلوغ والذي يتحدد بالحيض عند الإناث وبالقذف عند الذكور.

ومن مظاهر النمو الفسيولوجي نمو حجم القلب ونمو المعدة بشكل كبير، وهذا ما يبرر إقبال المراهق على الطعام بشكل واضح، كما أن حاجته الملحة إلى الغذاء تأتي نتيجة لنموه السريع الذي يستنزف طاقته.

وللنمو الجسمي الفسيولوجي آثار نفسية على المراهق يجب على التربويين والوالدين مراعاتها ومنها:-

- إن التغيرات الجسمية الجنسية تلعب دوراً واضحاً في مفهوم المراهق عن ذاته وبالتالي في سلوكه فتتراوح استجابة الفتاة نحو التغيرات الجسمية ما بين الاعتزاز بأنوثتها وبين الحرج نتيجة هذه التغيرات فتشعر بالقلق والتعب وخاصة أثناء العادة الشهرية رغم اعتزازها بذلك كأنثي، كما أن لشكل جسم الفتى دوراً في توافقه النفسي.

- الحساسية النفسية والانطباع عن الذات، فظهور حب الشباب مثلاً في هذه المرحلة يثير متاعب نفسية لأنه يشوه منظر الوجه.

- التبكير والتأخير في النمو الجسمي والجنسي له مشكلات اجتماعية ونفسية، فالنضج المبكر عند الإناث يسبب لهن الضيق والحرج، أما عند الذكور فينتج عنه ثقة بالنفس وتقدير مرتفع للذات رغم أن الذكور المتأخرين في النضج يعتبرون أكثر نشاطاً.

أما عن النمو الحركي فإن المراهق يميل إلي الكسل والخمول نتيجة التغيرات الجسمية السريعة، وسرعان ما يشعر بالتعب والإعياء عندما يبدي نشاطاً معيناً. وتمتاز حركات المراهق بعدم الاتساق وعدم الدقة فقد يكثر اصطدامه بالأثاث والأشياء أثناء حركاته في المنزل، وقد تسقط الأشياء من بين يديه، ويعود ذلك إلي عدم التوازن بين النضج العضوي والوظيفي مما يؤدي إلى عدم التوازن الحركي، وربما يعود إلى عوامل نفسية مثل الحيرة والتردد ونقص الثقة بالذات والتفكير في توقعات الآخرين.

وفي نهاية المراهقة الوسطى(المرحلة الثانوية تقريباً) يبدأ المراهق في التوازن الحركي نتيجة لتحقق النمو العضلي والعصبي والاجتماعي.

٢) النمو العقلي:

حيث تتصف تلك المرحلة بظهور الخصائص التالية :

- نمو الذكاء العام، وزيادة القدرة على القيام بكثير من العمليات العقلية العليا كالتفكير والتذكر القائم على الفهم، والاستنتاج والتعلم والتخيل.

- نمو القدرات العقلية الخاصة كالقدرة الرياضية (التعامل مع الأعداد) والقدرة اللغوية والدقة في التعبير والقدرة الميكانيكية والفنية، وتتضح الابتكارات في هذه المرحلة كنتاج للنشاطات العقلية.

- نمو بعض المفاهيم المجردة كالحق والعدالة والفضيلة ومفهوم الزمن ويتجه التخيل من المحسوس إلى المجرد.

- نمو الميول والاهتمامات والاتجاهات القائمة على الاستدلال العقلي، ويظهر اهتمام المراهق بمستقبله الدراسي والمهني.

- تزداد قدرة الانتباه والتركيز بعد أن كانت محدودة في الطفولة.

- يميل المراهق إلى التفكير النقدي أي إنه يطالب بالدليل على حقائق الأمور ولا يقبلها قبولاً أعمى مسلماً به.

- تكثر أحلام اليقظة حول المشكلات والتطلعات والحاجات، حيث يلجأ المراهق لا شعورياً إلى إشباعها، ويمكنه نموه العقلي من ذلك حيث يسمح له بالهروب بعيداً في عالم الخيال، فيرى نفسه لاعباً مشهوراً أو بطلاً لا يشق له غبار.

٣) النمو الانفعالي:

حيث تتصف تلك المرحلة بظهور الخصائص التالية :

- **الرهافة الانفعالية:** حيث يتأثر بالـمثيرات الـمختلفة فيثور لأتفه الأسباب ويشعر بالحزن الشديد إذا تعرض للإحباط من أبيه أو أمه، (الحدة الانفعالية استجابة حادة لبعض الـمواقف لا تدل على اتزان) كالصراخ بعنف وشتم الآخرين والاندفاع بتهور فإذا تشاجر مع أحد، اندفع بعنف إلى مصدر الشجار، وإذا قاد السيارة قادها بسرعة شديدة لإظهار قوة و تتحدي الآخرين.

- **الارتباك:** حيث يخاف ويعجز عند مواجهة موقف معقد، ولا يمكن التصرف حياله كسخرية الآخرين منه أو مغالاتهم في مدحه.

- **الحساسية الشديدة للنقد:** يشعر الـمراهق بالحساسية الشديدة لنقد الكبار له حتى وإن كان النقد صادقاً وبناءً، ومن أقرب الناس إليه، وخاصة عندما يكون على مسمع من الآخرين، بل ويعتبر النصيحة أو التوجيه انتقاماً وإهانة، وهذا مما يؤكد عدم نضجه في هذا الجانب.

- **التقلب الانفعالي:** ينتقل الـمراهق من انفعال إلى آخر بسرعة، فتراه ينتقل من الفرح إلى الحزن، ومن التفاؤل إلى التشاؤم، ومن البكاء إلى الضحك، وتارة يندمج مع الآخرين وتارة يعتزل مجالسهم، ومرة تجده متدينا جداً وأخرى مقصراً.

- **تطور مثيرات الخوف واستجاباته:** حيث تتسع مخاوف المراهقين لتشمل المدرسة والجنس، ومخاوف تتصل بالعلاقات الاجتماعية، ومخاوف عائلية تبدو في القلق على الأهل عندما يتشاجرون أو عندما يمرضون، وقد يحتفظ بعض المراهقين في بدء المراهقة ببعض مخاوف الطفولة كالخوف من الأشباح والثعابين ونحو ذلك.

- **سيطرة العواطف الشخصية:** (الجسم مركز اهتمامه) حيث تظهر في بداية المراهقة مظاهر الاعتزاز بالنفس والعناية بالملبس والأناقة والوقوف أمام المرآة كثيراً لجذب الانتباه، حيث يتصور دائماً كيف سيكون رد فعل الآخرين تجاهه.

- **الغضب والغيرة:** تعد الغيرة والغضب من الانفعالات الشائعة في فترة المراهقة حيث تظهر في غيرة المراهق من زملائه الذين حققوا قدرة على جذب أفراد الجنس الآخر أو ربما إخوانه الذين حققوا نجاحاً في الدراسة أو الرياضة أو الأنشطة الأخرى، ويعبر المراهق عن غيرته في الغالب بالهجوم الكلامي بطريقة خافته أو علنية، ويعبر عن الغضب بالتبرم والهجوم اليدوي والكلامي خاصة عندما ينتقد أو يقدم له النصح بكثرة، أو عند تعدي الآخرين على ما هو ملك له أو عندما ننكر حقه في التعبير عن آرائه في الأسرة أو المدرسة.

٤) النمو الاجتماعي:

حياة المراهق الاجتماعية مليئة بالغموض والصراعات والتناقضات لأنه انتقل من عهد الطفولة إلى مجتمع الكبار فهو لا يعرف قيمهم وعاداتهم واهتماماتهم، وما الذي يعجبهم وما الذي لا يعجبهم. ويعيش صراعاً بين أراء أقرانه وأراء أسرته وبين الرغبة في الاستقلال عن الوالدين وبين حاجته إلى مساعدتهما له، وبين الرغبة في إشباع الدافع الجنسي وبين القيم الدينية والاجتماعية التي تحدد الطريق المشروع لهذا الإشباع، فيعيش متناقضات تبدو في تفكيره وسلوكه إذ يقول ولا يفعل، ويألف وينفر في نفس الوقت، ويخطط ولا ينفذ، ويريد الامتثال لقيم الجماعة ويسعى في نفس الوقت إلى تأكيد ذاته.

ويمكن تحديد مظاهر النمو الاجتماعي للمراهق فيما يلي :

- **الميل إلى الاستقلال والاعتماد على النفس:** ويظهر ذلك في محاولات المراهق اختيار أصدقائه ونوع ملابسه، ودراسته، وتحديد ميوله بنفسه.

- **الميل إلى الالتفاف حول ثلة معينة:** حيث يندمج مع مجموعة من الأصدقاء صغيرة العدد ويبدي الولاء والانتماء والتقيد بآرائهم والتصرف وفق أهدافهم ويصبحوا جماعة مرجعية له يحكم من خلالهم على أفعاله وأقواله حيث يجد الراحة والمتعة والفهم لسلوكه من قبلهم، ويجد لديهم التقدير وإظهار المهارات وتأكيد الذات واكتشاف القدرات واكتساب

المعلومات التي يعجز عن اكتسابها من الآباء والمعلمين بسبب ضعف العلاقة بين المراهق وأسرته في هذه المرحلة.

- **تتسع دائرة العلاقات الاجتماعية:** حيث يصبح أكثر اتصالاً مع الآخرين.

- **الميل إلى مقاومة السلطة الوالدية والمدرسية:** ويظهر ذلك في رفض المراهق لأوامر الوالدين والمعلمين إذا اصطدمت بأوامر الثلة، وينتقد الوالدين وأسلوب حياتهما وطريقة تفكيرهما. ويعبر المراهق الولد عن تمرده بالعداء أو الخروج من المنزل، أما البنت المراهقة فهي أكثر قبولاً للسلطة الوالدية.

- **المنافسة:** يقارن المراهق نفسه بغيره في محاولة للحاق بالآخرين أو التفوق عليهم.

- **الميل إلى الجنس الآخر والاهتمام به:** يتحول المراهق من النفور من الجنس الآخر إلى الميل إليه والاهتمام به، ويظهر ذلك في محاولته جذب الانتباه إليه عن طريق أناقة المظهر الذ خصي أو امتلاك أشياء مثيرة.

- **للمراهقة مشكلات وحلول:**

تعد المراهقة من أخطر مراحل الإنسان حيث ينتقل الإنسان من مرحلة الطفولة إلى مرحلة أخرى تصاحبها تغيرات جسمية ونفسية وفسيولوجية واجتماعية مختلفة وهذا التغير يسهم بشكل أو بآخر في ظهور مشكلات في التكيف مع البيئة الجديدة وهي بيئة الكبار ومن ابرز تلك المشكلات هي:

١) **مشكلات صحية:** كالتعب والشعور بالإرهاق والصداع وظهور حب الشباب وغيرها ونتيجة للتغيرات الجسمية المصاحبة لهذه المرحلة يشعر المراهق بالقلق تجاهها.

٢) **مشكلات اقتصادية:** فضعف مورد الأسرة الاقتصادي يحطم كثيراً من أمنيات وأحلام المراهق، فمثلا المراهق الذكر عندما يرى أن أصدقاءه يملكون سيارة أو جوالاً أو أي شيء آخر لا يجده عند أسرته يشعره هذا بالقلق والنقص ويسبب له المشكلات مع الأسرة والمجتمع.

٣) **مشكلات أسرية:** فالمراهق يريد أن يستقل بذاته يريد أن يعطى الحرية من قبل الأسرة يريد من يفهمه يريد من يستمع إليه يريد أن يكون له دور في الحياة لا يحب أن يعامل معاملة الأطفال ونجده ينفعل عندما يقال عنه مثلاً: فلان مازال طفلاً مازال صغيراً أو فلانة صغيرة على هذه الأشياء أو مازالت طفلة وهذه من أكثر الأشياء التي تزعج المراهق ويخجل المراهق من مناقشة أسرته في أموره الشخصية ومشكلاته التي يتعرض لها وهذا يسبب له مشكلات عديدة.

٤) **مشكلات مدرسية:** قد لا تعجب المراهق أنظمة المدرسة ولا يتوافق معها ويعتقد أنها تقيد حريته وقد يتعدى على المدرسين وبعضهم تقلقه درجاته والبعض يشتكي من صعوبة المناهج وضغوط الأسرة فبعض الأسر تضغط على المراهقين سواء الذكور أو الإناث بضرورة الحصول على درجات عالية ولا ترضى إلا بالتفوق.

٥) **مشكلات جنسية:** يود المراهق معرفة المزيد من الأمراض الجنسية ويخجل من مناقشتها مع والديه ويريد أن يعرف عن الأمور الجنسية الشيء الكثير لذا يلجأ البعض إلى شراء الكتب التي تشبع تلك الحاجة.

٦) **المشكلات النفسية والاجتماعية:** وعدم التكيف مع المجتمع وتكوين الأصدقاء ومدى تقبل المجتمع له وقد تظهر عند البعض مشكلات نفسية مثل الخوف الاجتماعي وتجنب الاختلاط وخاصة لدى الفتيات وتظهر الحساسية الزائدة للنقد والشعور بالذنب وتسيطر على المراهق أحلام اليقظة والاكتئاب.

هذه أبرز المشكلات التي تواجه المراهق ولعل الأسرة لها دور كبير في التصدي لمثل هذه المشكلات وحلها حتى لاتتطور وتتعقد ومن ذلك عليها :-

- أن تلم باحتياجات المراهق الجسمية والنفسية والاجتماعية والعاطفية والاقتصادية.

- لابد أن تشعر الأسرة المراهق بأهميته في المنزل وبقيمته وأن تشاركه الرأي والحوار.

- لابد أن تسعى لتدعيمه معنوياً ومادياً مراعاة لظروفه والمرحلة التي يمر بها.

- تلبية رغباته وإشعاره بالحب والحنان والعطف من الوالدين عدم تفضيل إخوته عليه أو الاستهزاء من أفعاله أو التندر من أقواله وخاصة عندما يخطئ أمام الضيوف أو مع أحد اخوته.

- وتوجيهه بالتي هي أحسن وتشجيعه والحرص على إبداء رأيه.

- أن يطلب من إخوته الأصغر منه سناً أن يحترموه وأن يجعلوا له مكانته إذا كان الأخ الكبير.

- أن يعامل بحزم فلا يدلل أو يقسي عليه إذ إن القسوة والتدلال تؤدي إلى نتيجة واحدة وهي بناء شخصية غير قادرة على تحمل الـمسؤولية وتقود لصحة نفسية غير سليمة.

- عندما يخطئ يوجه بأسلوب حازم ولا يستخدم الضرب وإنما يحرم من الدعم الـمعنوي والـمادي.

- أن لا يشعره الوالدان بأنه مازال صغيراً بل يحمل بعض الـمسؤوليات التي هي في حدود طاقاته ويثنى على سلوكه ويشجع عليه ويدعم معنوياً أو مادياً.



تربية الأبناء

سلسلة تهتم بتنشئة الأطفال

وفقاً لأحدث نظريات علم النفس والنظريات التربوية

